

Jia ting bao jian ji yi liao jin ji



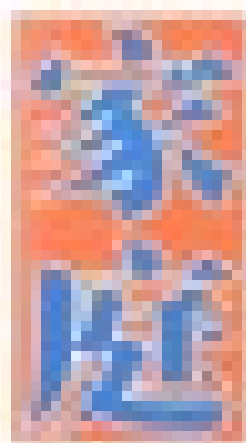
家庭保健及 医疗禁忌

刘伟明 编



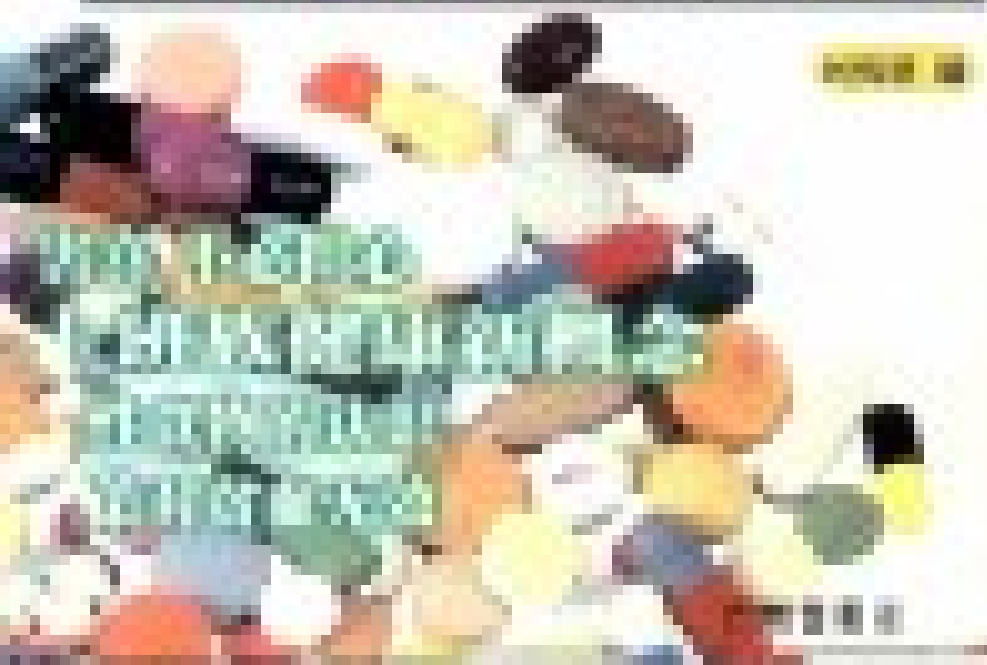
「害喜」不必担心
上班族健康新概念
性食物的认识
菜对贫血无效

广州出版社



保健及 医疗禁忌

家庭健康



000000

家庭保健及医疗禁忌

刘伟明

广州出版社

粤新登字 16 号

特邀编辑 温俊伟

责任编辑 何发斌

责任校对 李宝聪

封面设计 李少兰

书 名 家庭保健及医疗禁忌

作 者 刘伟明

出版发行 广州出版社(广州市东风中路 503 号 邮编:510045)

印 刷 佛山市粤中印刷公司

规 格 850 毫米 1168 毫米 32 开本 9 印张

字 数 21 万

版 次 1998 年10月第 1 版

印 次 1998 年10月第 1 次

印 数 1 - 3000 册

书 号 ISBN 7 - 80592 - 871 - 1/R·47

定 价 17.00 元

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换)

目 录

上编:家庭保健须知

血压无正常值	(3)
高血压非动脉硬化的唯一原因	(4)
降血压剂的使用不能中断	(5)
心肌梗塞是动脉硬化造成的	(6)
从小学就开始的动脉硬化	(8)
无害的尿蛋白	(9)
因脑溢血病倒时该怎么办?	(10)
侵害全身血管的糖尿病	(12)
任何人都可能患糖尿病	(13)
如果医生说你有糖尿病,你怎么办?	(14)
胃癌可医治好	(15)
癌并不可怕	(16)
腹痛的可能疾病	(18)
“癌会使人消瘦而不会痛”是错误的	(19)
若医生说“你的胃很皱”时就可	

以放心	(20)
胃肠手术后	(21)
食欲愈好的人愈容易患胃病	(22)
令父母担忧的小孩子腹痛	(23)
皮肤不能锻炼	(24)
传染性和非传染性皮肤炎	(25)
过敏性皮肤炎不会自然痊愈	(26)
因尿布而引起的湿疹	(27)
孩子手脚上长的不是茧皮而是疣	(28)
长水疣该怎么办	(29)
葱苡仁治疗疣是否有效	(31)
患水疱疹要经常淋浴	(32)
寻麻疹抹药是无效的	(33)
寻麻疹的治疗法	(34)
家庭主妇湿疹的原因和预防	(35)
青春痘可以治愈	(36)
会发疹的化妆品不必害怕	(37)

类固醇软膏是治疗湿疹的唯一药方..... (39)	风湿症也可能呈阴性反应..... (56)
没有对任何皮肤病均有效的软膏..... (40)	神经痛和风湿症是两回事..... (57)
汗疱的治疗..... (41)	风湿症也需要运动..... (59)
被蜜蜂螫到时该怎么办..... (42)	女性没有痛风患者..... (60)
头部的伤很容易医治..... (43)	膝盖的疼痛会因继续走动而恶化..... (61)
伤口最好用缝合的方法..... (44)	鞭打症要先静养..... (62)
脓肿或瘰疬自行治疗容易恶化..... (45)	打网球引起的网球肘..... (63)
被玻璃碎片或钓鱼钩扎到时该怎么办..... (46)	五十肩不会自然痊愈..... (64)
烫伤会逐渐扩大..... (47)	小心高尔夫骨折..... (65)
小孩子的骨折种类..... (48)	麻木与寒症完全不同..... (67)
小孩子的骨折以不需手术为原则..... (49)	温湿布和冷湿布使用上的区别..... (68)
手指戳伤时不可以拉..... (50)	30 岁后体力会自然减退..... (69)
不可以做青蛙跳..... (51)	子宫肌瘤和手术..... (70)
魔女的一击——闪腰..... (52)	子宫癌集体检诊时的错误想法..... (71)
上班族要小心的椎间板疝气..... (53)	女性与膀胱炎..... (72)
慢性腰痛最好采用体操疗法..... (54)	没有子宫就不像女人吗..... (73)
垂吊式健康器会使腰痛恶化..... (55)	妊娠反应可能呈阴性..... (74)
	服用口服避孕药仍然怀孕的 A 小姐..... (76)
	“害喜”不必担心..... (77)

目录

产后 21 天才起床好吗?	植物油可以降低胆固醇
..... (78)	 (101)
子宫流出粘液时应该立刻治疗	生蔬菜可以将体内的盐排出
..... (79)	 (102)
失眠不是病	海藻可以降低血压
(80)	(104)
切忌增加郁病患者的心理压力	适量的酒精可以降低血压
..... (81)	 (105)
自杀有前兆	碱性食物的认识
(82)	(106)
欲求不满的心理反应	中药也有副作用
(83)	(107)
健忘和痴呆的不同	减肥药有危险性
(85)	(109)
痴呆可以预防	感冒引起的腹痛服用感冒药会
(86)	更恶化
痴呆的自我诊断	(110)
(87)	解热剂是必要的吗? ... (111)
痴呆的治疗要从家人开始	头痛药应依症状来选择
..... (88)	 (112)
家人的不理解会造成老人的一	综合胃肠药是万灵丹吗?
病不起	 (114)
(89)	长期服用维他命 E 无法停止老
老化的真相	化
(91)	(115)
老人的“性”——保持年轻的秘	药是否可以配茶喝
诀	(116)
(92)	医生开的药太强我很怕
人类的能力可以发挥到死亡为	 (118)
止	找医生的聪明方法
(93)	(119)
肥胖的原因	整形外科和外科的差异
(94)	 (120)
肥胖的治疗	最后诊断的医生最可能成为名
(95)	医
便秘如何医治	(121)
(97)	
慢性便秘的治疗	
(98)	
菠菜对贫血无效	
(99)	
胆固醇可以防止脑溢血	
..... (100)	

笑容并不是良医的条件·····	眼病患者忌多吃大蒜···	(123)	(138)
·····	眼病患者忌饮酒·····	(123)	(139)
	眼疾病人忌多吃糖·····		(140)
	青光眼患者禁用阿托品·····		(141)
下编:家庭医疗禁忌	·····		(141)
感冒忌滥服中成药·····	青光眼患者早期头痛、头昏忌服	(127)	去痛片和安定·····
风热、暑湿性感冒不宜喝姜糖水	·····	(128)	(141)
·····	青光眼患者禁用糖皮质激素··		(142)
感冒不宜选用抗生素···	·····	(128)	(142)
咳嗽忌急于止咳·····	鹅口疮忌用抗生素治疗·····	(129)	(143)
咳嗽忌乱用川贝末·····	·····	(130)	(143)
咳嗽多痰病人忌用咳必清和可	有过敏性口腔炎史患者慎用的		药物·····
待因·····	·····	(131)	(143)
头痛切忌乱用药·····	腮腺炎患儿不宜用抗生素·····	(131)	(144)
发烧患者忌乱用药·····	·····	(132)	(144)
发热疼痛患者忌随意用解热镇	冠心病患者用药禁忌···		(145)
痛药·····	心绞痛患者服药忌过量·····	(133)	(146)
哮喘患者慎用催眠镇静药·····	·····	(134)	(146)
·····	心力衰竭患者慎用葡萄糖注射		液·····
哮喘病人慎用异丙肾上腺素气	·····	(135)	(146)
雾剂·····	心率过缓者忌用三磷酸腺苷		(ATP)·····
支气管哮喘病人禁用吗啡·····	·····	(136)	(147)
·····	冠心病患者忌同时服用潘生丁		和氨茶碱·····
支气管哮喘病人忌用的药物··	·····	(136)	(147)
·····	冠心病患者忌用消炎痛·····		(148)
肺气肿患者忌用的安眠药·····	·····	(137)	(148)
·····	心绞痛发作忌乱用药···		(149)
慢性肺心病患者不宜单用激素	心力衰竭患者强心甙治疗应禁		
治疗·····		(138)	

目录

进钙剂	(149)	胃溃疡出血不宜用氢氧化铝片	(163)
慢性病忌乱用药	(150)	胃痛忌服止痛片	(164)
肝病患者忌用的药物	(151)	胃切除患者忌用的药物	(164)
肝炎患者忌饮酒	(152)	胃溃疡患者忌不规律不按时服药	(165)
肝、肾功能不全病人忌用巴比妥类药物	(153)	胰腺炎病人忌饮酒	(166)
肝炎初起者禁服蜂皇浆	(154)	营养不良者慎用的药物	(167)
肝病患者忌过量服用保肝药	(154)	腹痛患者忌用的药物	(168)
肝功能不良者忌用的抗生素	(155)	腹痛时忌乱服解热镇痛药	(168)
肾功能不全病人忌用的抗生素	(156)	菌痢病人忌用止泻药	(169)
肾脏病患者忌用的药物	(157)	忌用泻药治便秘	(170)
前列腺肥大病人忌用的药物	(158)	蛔虫引起腹痛时忌用的驱虫药	(170)
结核病患者用药五忌	(158)	高血压患者用药五忌	(171)
慢性肺源性心脏病患者失眠时忌滥服安眠药	(160)	高血压患者忌多吃盐	(172)
溃疡病患者忌用的药物	(160)	高血压患者忌滥服易诱发中风的药物	(173)
消化性溃疡及高酸性胃炎患者忌用胃蛋白酶合剂	(161)	儿童用药三忌	(174)
胃溃疡患者忌用激素	(162)	婴幼儿禁用或慎用的药物	(175)
胃溃疡患者忌常服小苏打	(162)	忌捏小儿鼻子喂药	(176)
		儿童用药忌过量	(176)
		不宜接种卡介苗的儿童	(178)

球蛋白不能代替预防接种·····	忌将喉片当糖吃····· (189)
····· (178)	忌给小儿随意补锌····· (189)
小儿麻痹糖丸忌热开水送服及	小儿缺铁性贫血补铁剂四忌·····
服后立即喂奶····· (179)	····· (190)
服脊髓灰质炎糖丸禁忌·····	小儿佝偻病忌只用钙剂·····
····· (180)	····· (191)
小儿接种乙肝疫苗后三忌·····	儿童忌过量注射钙剂····· (192)
····· (180)	不宜给孩子乱服宝塔糖·····
已接种白喉、百日咳、破伤风疫	····· (192)
苗的儿童外伤后忌注射 TAT	小孩忌常服驱虫药····· (193)
····· (181)	婴儿禁用滴鼻净····· (194)
幼儿忌长期注射球蛋白·····	儿童忌常服鱼肝油····· (194)
····· (182)	健康小儿忌服人参····· (195)
婴幼儿慎用外用药····· (182)	忌给健康孩子用补品····· (196)
新生儿乳腺增大或假月经忌急	小孩忌常服葡萄糖····· (197)
于用药····· (183)	儿童忌大量服用肥儿灵和稚儿
忌给新生儿喂草药祛胎毒·····	灵····· (198)
····· (184)	儿童忌服成人用解热镇痛药·····
新生儿忌用的中药针剂·····	····· (198)
····· (184)	服用赖氨酸忌过量····· (199)
6个月以内的婴儿忌用 APC	小儿忌滥用庆大霉素和卡那霉
····· (185)	素····· (200)
3个月以内婴儿忌用磺胺·····	新生儿及早产儿禁用氯霉素·····
····· (186)	····· (201)
婴幼儿忌多吃蜂蜜····· (186)	小儿服红霉素忌碾碎····· (202)
婴幼儿忌饮茶····· (187)	青少年慎用胃复安····· (202)
忌把钙片当成小儿营养品服用	小儿喘息慎用氨茶碱····· (203)
····· (188)	

小儿消化不良忌用酵母片·····	禁服可通过胎盘致癌的药物·····
····· (204)	····· (218)
四环素易致小儿颅内高压症·····	孕妇感冒发烧时慎用的药物·····
····· (205)	····· (219)
妇女“三期”忌饮浓茶····· (205)	患有血吸虫病的孕妇忌用锑剂
忌用激素追求曲线美····· (206)	治疗····· (220)
不宜常用雌激素永葆红颜常驻	孕妇忌用镇静安眠药····· (220)
····· (207)	孕妇忌用磺胺类药····· (221)
不宜服用阿胶的女性····· (208)	孕妇慎用肾上腺皮质激素类药
忌滥用性激素治疗月经不调·····	物····· (221)
····· (209)	妊娠期间禁饮酒及其制剂·····
妇女忌自行阴道用药····· (210)	····· (222)
忌滥用酸、碱溶液冲洗阴道·····	孕妇服用维生素 A 忌过量·····
····· (210)	····· (223)
妇女要慎用高锰酸钾····· (211)	孕妇忌多服维生素 B ₆ ·····
哪些妇女忌服避孕药····· (212)	····· (224)
忌滥服避孕药····· (213)	孕妇在受孕初期和分娩期忌用
禁服陈旧性避孕药····· (213)	安定····· (225)
常住一起的夫妻忌用探亲避孕药	孕妇忌摄取过量维生素·····
药····· (214)	····· (225)
孕妇禁用的西药····· (214)	孕妇应禁服阿斯匹林····· (226)
孕妇禁用或慎用的中药·····	孕妇忌食桂圆····· (227)
····· (215)	妊娠呕吐忌用三甲氧苯扎胺止
孕妇忌用或慎用的中成药·····	吐····· (228)
····· (216)	妊娠高血压临产前禁用利血平
孕妇禁用的可致畸药物·····	····· (229)
····· (217)	孕妇忌接触农药及其他毒物·····
	····· (230)

孕妇忌接触放射性物质·····	老年人忌滥用抗衰老药·····
····· (230)	····· (249)
孕妇不宜多服补品补药·····	老年人不宜依赖药物····· (250)
····· (231)	老年人要慎服药酒····· (251)
孕妇临产三忌····· (232)	老年人切忌滥用解热镇痛药····· (252)
围产期忌用的药物····· (233)	老年人不宜长期大剂量使用抗 生素····· (253)
孕妇忌滥用催生素····· (234)	老年肺炎患者慎用的药物····· (254)
哺乳期妇女慎用丙种球蛋白····· (235)	老年高血压患者慎用利血平····· (254)
哺乳期避孕不宜服避孕药····· (236)	····· (254)
不宜哺乳的母亲····· (236)	高血压患者忌服消炎痛····· (255)
哺乳期妇女禁用慎用的药物····· (237)	····· (255)
哺乳妇女不宜化妆····· (238)	高血压患者忌用激素····· (256)
乳母忌代替孩子服药····· (239)	高血压病人睡前禁服降压药····· (256)
老年人用药四忌····· (239)	····· (256)
老年人慎用的药物····· (241)	高血压及心源性哮喘者忌用麻 黄素····· (257)
老年慢性病用药三忌····· (242)	缺血性脑血管病患者忌一律都 用血管扩张药治疗····· (257)
老年人忌随意进补····· (243)	易致体位性低血压的药物应慎 用····· (258)
老年人慎用利尿药····· (244)	高血压患者忌同时服胍乙啶和 优降宁····· (259)
老年人慎用安眠药····· (245)	贫血患者忌滥用铁剂和维生素 B ₁₂ ····· (259)
老年人慎用安定类药物····· (246)	患血液系统疾病者不宜使用的
····· (246)	
老年人慎用氨茶碱····· (247)	
老年人忌服胃复安····· (248)	
老年人忌滥用静脉输液与静脉 给药····· (248)	

目录

药物	(260)	糖尿病孕妇禁服甲磺丁尿和氯磺丙脲	(267)
糖尿病患者慎用的药物	(261)	甲亢病人忌服含碘药物	
糖尿病并发症患者用药禁忌	(262)	重症肌无力患者的用药禁忌	(268)
糖尿病患者服药过量	(263)	震颤麻痹或肝昏迷患者用左旋多巴时禁用维生素 B ₆	(269)
糖尿病患者忌饮酒	(264)	癫痫病人用药三忌	(269)
糖尿病患者忌食咸品	(265)		
糖尿病患者忌食肥甘厚味品	(265)		
糖尿病、痛风患者慎用氯噻嗪类利尿药	(266)		

上编：家庭保健须知



“血压会随着年龄而上升”、“正常血压是年龄加 90”、“低血压该稍微提高”、“高血压应该设法降低”等，以上是一般人对血压的概念。

究竟正常血压应该是多少呢？我们测量过很多人的血压后，绘成统计图表，发现它呈现常态分配（中心部分高，左右成对称之曲线）。于是，我们将其平均值称为“正常血压”，高的部分称为“高血压”，低的部分称为“低血压”。依此观点来看，正常血压应该称为“平均血压”才正确。

因为，高血压症很容易引起脑溢血、脑梗塞、心肌梗塞，所以，愈早治疗愈好的血压群，其值是最高血压（收缩期血压）在 140～160mmHg，最低血压（舒张期血压）在 90～95mmHg。

血压随年龄而上升的国人，其年龄约在 55～60 岁，而其血压值则如前述。因此，150/90mmHg，应该是在此年龄者之平均血压，但医生都会判断他有高血压症。因为在这种血压值下，“动脉硬化”很容易亢进且容易并发脑溢血、心脏病或肾脏病。而舒张血压在 95mmHg 以上（高血压）时，因脑溢血而死亡的比例，为正常血压者（90mmHg 以下）的 5 倍，为 90～95mmHg 者（轻度高血压）的二倍以上，故其死亡率很高。

以往我们所诊断过的高血压症患者中，每三人中有一人是轻度高血压症（收缩血压 140～160mmHg，舒张血压 90～

94mmHg)。只要好好治疗,就可以加以控制(舒张血压在 90mmHg 以下),而避免脑溢血的发生。那么,是否血压在正常值就是安全呢?其实不然。

经过某大学的追踪调查发现,舒张血压在 90mmHg 以上者,其死亡率为 80mmHg—90mmHg 之间者的二倍,为 80mmHg 以下者的二倍以上。所以,认为正常血压是安全的这种想法是错误的。总之,血压愈高愈容易发生脑溢血或心肌梗塞,血压愈低愈安全。

高血压非动脉硬化的唯一原因

常到医院里向我表示会头痛的 A 先生,今年 63 岁。他的血压虽然正常,但是经过眼底检查后,发现有相当高度的动脉硬化,心电图上也显示有动脉硬化的现象,所以我告诉他必须接受治疗。但他好像认为血压没有异常的话应该不必担心,因而只治疗一、二个星期,当自觉症状消失,便不再来找我,只是偶而症状出现才又回来接受治疗。

有一天, A 先生的家人惊慌失色地跑来医院说:“我爸爸本来每天很早起床,可是今天不论我怎样地喊叫或摇动他的身体,他也只是发出‘嗯’的声音而已,并不想起来。”我认为可能是脑血栓,所以立刻到他家里去,果然没有错,幸亏他的心脏很健康。于是我叫了救护车,很快地将他送到医院。后来,他也常自言自语说:“如果我认真地治疗就不会这么早病倒。”